

## 【ツキと運を呼ぶ】

### 心の法則・・・】

平成15年もアツという間に一カ月が過ぎ去り、今日から2月に入りました。まさに「光陰矢の如し」、時の経つのは早いものです。私は4年前、ある本を読んでもりましたら次の言葉に出会いました。それは『年頭自警』と題した、まさに新年に当たった心のまえを説いた5つの目標でありました。

① 頭まず自ら意義を新たにすべし

② 年頭古き悔根を棄つべし

③ 年頭決然滞事を一掃すべし

④ 年頭新たに一善事を発願すべし

⑤ 年頭新たに一佳書を読み始め

むべし

以上の5つであります。「なるほど」と、確かに感心はするもの、これだけ高貴な目標を5つも達成する事は、凡夫の私にはとてもとても。せいぜい机の前にこれらの言葉を貼って自己満足に浸るのが関の山だっ

た4年前の私でした」。

ところが不思議なことに毎年机の上でこれら同じ言葉を繰り返し書き直しているうちに、自分の中の電源が入ったというか、何かスイッチオンになつていったのです。

そして今年はやばずながら、これら5つに挑戦している自分がおります。

□「この世には3種類の人間しかない。『できる』と予感する人間。『できないかもしれない』と予感する人間。『できっこない』と予感する人間である」という言葉が目をはききました。

□「金儲けが上手な人は、金儲けが大好きで、お金を儲けること

はとても簡単だと思つている。逆に

□「金儲けが下手な人は、お金を儲

けることが嫌いで、金儲けはとてつもなく難しいことだと思ひこんでいる」

□□は非常に面白いし、なるほどと思うところがあります。私達の脳みそには、「記憶」という過去の出来事を記録しておく場所があります。『人間とは、脳に記録された記憶データである』と称した学者

さんもおられます。これについて考察してみると□□今までその人が体験したり、考えたり、感じたりしたことは全て脳に記憶（貯蔵）されるます。人間には大きく分けて陰（マイナス・ネガティブ）という不安、恐れ、心配、怒り、そういう種類の記憶と、陽（プラス・ポジティブ）という嬉しいこと、楽しいこと等々の二種類の感情を持ち合わせています。この二種類の感情をコントロールしているのが、「自分の心」なのです。

「類は友を呼ぶ」と言いますが、マイナスの心持でいるとマイナスの感情を持った人間が周囲に集まってくる。逆にプラスの心持でいるとプラスの感情を持った人間が集まってくる。ツキのない、不満ばかり言っている人と付き合っていると、感応現象と同化現象で、同じ様なマイナスの考え方になつてしまします。

よく耳にするのが「なんで私だけこんなひどいめにあうの？本当にツイていない・・・」でも実は自分の環境は紛れもなく自分が作り出しているのです。ツキや運を呼ぶ「イエス・バツ

ト法」なる法則があります。

例えば辛い目にあつても「これは神仏がくれたプレゼントだ」と暗示をかけると、大脳辺縁系に強力なプラスの記憶が入るんです。ですから「イエス・バツト法」ともいえます。

もし「アア、やる気がしないよ・・・」と言つてしまつたら「でも頑張る・・・」と続ける。そうすると脳は後ろの肯定的な方しか覚えられないので、これを習慣づければ、脳の切り替えが簡単にできるよになつてくるというのです。（最近の脳の研究で実証されました）

皆さん神仏を拝みますよね？実はこの「拝む」という行為、古来からずつと行われてきましたが、これは脳の理屈からいえば、右の脳をつかつて奥の脳、本能の脳へ肯定的な記憶を入力してストレスを解消するというプロセスがあるんだとか。ありがたいと感謝して拝むという作業は、左の論理的な脳ではなく、右脳と奥の本能の脳をプラスの情報で強く刺激する素晴らしい作業だといわれます。「嘘でもいいからありがとう」。得

して生きるには、嘘でも何でもいいから、自分自身により自己暗示をかける。それが結局は信念を確固たるものにし、成功や幸福を手にするための条件なのでしょね。

私の気持ちが4年目にしてスイッチがオンになったのも、『できる』と予感することによって、プラスに気持ちの持ちようを変えたことによって、行動することが出来るようになったのだと思います。同時に毎日の神仏様を「拝む」という行為がプラスの記憶を入力してストレスを解消して実現に導いたのだと確信します。

どうか皆様も益々の夢や目標を立て、「拝む」という行為を通して、ツキや運を招き入れて頂きたいと心よりお祈り申し上げます。

合掌 副住職 谷川 寛敬